ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО ...

- во время чихания, сморкания и кашля микробы попадают на наши руки и в воздух в виде воздушно-капельной инфекции. Кроме этого, микробы попадают на руки с различных поверхностей и предметов: с дверных ручек, с телефонов и т.п;
- если мы не очищаем рук, то переносим эти микробы дальше на другие поверхности и другим людям;
- в ослабленном организме бактерии и вирусы могут вызвать тяжелые инфекции, такие как воспаление легких, грипп и т.д.

В больнице имеются следующие возможности для соблюдения гигиены рук:

- мытье рук с водой и с (жидким) мылом;
- обработка рук специальным антисептиком для рук.

Антисептик для рук – это раствор на спиртовой основе, который в течение примерно 30 секунд уничтожает 99% микробов. Антисептик втирается в кожу рук, не требует последующего споласкивания или просушивания.
С вопросами обращайтесь к персоналу больницы!

ПАЦИЕНТЫ

Мойте руки или обрабатывайте их антсептиком

- если вы чувствуете или видите, что руки грязные;
- после посещения туалета;
- перед едой.

Призывайте заботиться о чистоте рук и соседей по больничной палате.

ПОСЕТИТЕЛИ

Мойте руки или обрабатывайте их антсептиком

- входя в отделение перед посещением пациента;
- после посещения туалета;
- перед тем, как помогать пациенту принимать пищу;
- перед помощью или посещением другого пациента;
- перед входом в палату изолятора и после выхода из нее;
- перед выходом из отделения.

ТЕХНИКА МЫТЬЯ РУК

Как следует смочите руки и запястья под проточной водой.

Нанесите на руки необходимое количество (жидкого) мыла.

Потрите ладонями друг об друга.

Потрите промежутки между пальцами и тыльные стороны рук.

Трите ладонью правой руки тыльную сторону пальцев левой руки и наоборот.

Потрите большие пальцы рук.

Regionaalhaigla

KÄTEHÜGIEENI INFOLEHT

Patsiendile ja külastajale

KAS TEADSITE, ET...

- aevastamisel, nuuskamisel ja köhimisel kanduvad mikroobid meie kätele ja piisknakkusena õhku. Lisaks satuvad mikroobid meie kätele erinevatelt pindadelt ja esemetelt: ukselinkidelt, telefonidelt jms;
- kui me käsi ei puhasta, siis levitame mikroobid teistele pindadele ja inimestele;
- nõrgenenud organismis võivad bakterid ja viirused põhjustada tõsiseid infektsioone, nagu kopsupõletik, gripp jms.

Haiglas on kätehügieeni võimalusteks:

- käte pesemine vee ja (vedel)seebiga;
- käte hõõrumine spetsiaalse käte antiseptikumiga.

Käte antiseptikum on alkoholibaasiline lahus, mis hävitab umbes 30 sekundi jooksul 99% mikroobidest. Antiseptikum hõõrutakse kätele, seda ei loputata maha ega kuivatata.Küsimustega pöörduge haigla personali poole!

PATSIENDID

Peske käsi või teostage antiseptikat

- kui käed on tuntavalt või nähtavalt määrdunud;
- pärast tualettruumi kasutamist;
- enne söömist.

Julgustage ka kaaspatsiente käte puhtuse eest hoolt kandma!

KÜLASTAJAD

Peske käsi või teostage antiseptikat

- osakonda sisenedes enne patsiendi külastamist;
- pärast tualettruumi kasutamist;
- enne patsiendi abistamist söömisel;
- enne järgmise patsiendi abistamist või külastamist;
- enne isolatsioonipalatisse sisenemist ja pärast sealt väljumist;
- enne osakonnast lahkumist.

KÄTE PESEMISE TEHNIKA

Tehke käed ja randmed voolava vee all korralikult märjaks.

Pange kätele piisav kogus (vedel)seepi.

Hõõruge peopesi vastamisi.

Hõõruge sõrmevahesid peopesa ja käeselja poolt.

Hõõruge parema käe peopesas vasaku käe sõrmede pealispindu ja vastupidi.

Hõõruge pöidlaid.

Regionaalhaigla

ИНФОЛИСТ ПО ГИГИЕНЕ РУК

Для пациентов и посетителей